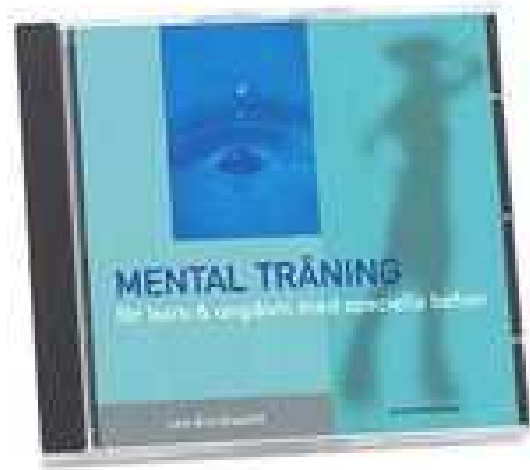


Tags: Mental Träning för barn & ungdomar med speciella behov epub books download; Mental Träning för barn & ungdomar med speciella behov e-bok apple; Mental Träning för barn & ungdomar med speciella behov MOBI download; Mental Träning för barn & ungdomar med speciella behov ladda ner pdf e-bok; Mental Träning för barn & ungdomar med speciella behov las online bok; Mental Träning för barn & ungdomar med speciella behov bok pdf svenska

Mental Träning för barn & ungdomar med speciella behov PDF E-BOK

Lars-Eric Uneståhl



Författare: Lars-Eric Uneståhl

ISBN-10: 9789186389154

Språk: Svenska

Filstorlek: 3235 KB

BESKRIVNING

Detta är den fjärde ljudboken i serien "Livsfärdighetsträning för barn & ungdom". Orsaken till serien är en uppfattning att både föräldrars och skolans främsta uppgift är att förbereda barn och ungdomar för ett bra vuxenliv. Uneståhls forskning omkring faktorerna bakom ett bra liv ("hög livskvalitet") har visat att flera av dessa faktorer bör tränas tidigt i ungdomsåren. Han har också visat att man som barn har ett antal av dessa kvaliteter ("7 C:s- childlike capacities" - 7 barnlika egenskaper) som man lätt tappar när man växer upp och som därför bör underhållas och förstärkas genom träning. Programmen gjordes från början på uppdrag av Röda Korset och vände sig till mobbade elever i skolan. Programmen har modifierats och riktar sig nu till alla ungdomar, som på grund av mobbing, utslagning, relationsproblem m.m. känner sig ensamma och övergivna. Flera av programmen (t.ex. Självförtroendeträning, Mental tuffhetsträning m.fl.) kan dock de flesta ungdomar ha nytta av. Varje program bör tränas 5-7 gånger innan man går vidare till nästa. Ljudboken innehåller följande träningsprogram: 1. Introduktion till muskulär avslappning 2. Muskulär avslappning 3. Introduktion till ditt inre rum 4. Det mentala rummet 5. Introduktion till självbildsträning 6. Självbildsträning 7. Introduktion till mental tuffhetsträning 8. Mental Tuffhetsträning 9. Introduktion till egen träning 10. Egen träning Denna Ljudbok är intalad och utarbetad av Lars-Eric Uneståhl

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Livsferdighetsträning för barn & ungdom - Lars-Eric Uneståhl

Söker du efter "Mental träning för barn & ungdom med speciella behov" av Lars-Eric Uneståhl? Du kan sluta leta. Våra experter i antikvariat hjälper dig ...

Mental Träning För Barn & Ungdom Med Speciella Behov (Ljudbok) - ginza.se

Habilitering & Hjälpmedel FoU-enheten Mental träning för barn och ungdomar på ... barn med grav språkstörning en speciell ... Behov 52 kort för att ...

Mental Träning för barn & ungdomar med speciella behov (Ljudbok ...

Restpartiets beskrivning. Programmen gjordes från början på uppdrag av Röda Korset och vände sig till mobbade elever i skolan. Programmen har modifierats och ...

LÄS MER